

CA20N
TØ 30
-2001

Gouvernement
Publications

vivre

SPORT et grandir ensemble



Programme
national de
certification
des
entraîneurs

C'EST VOUS LE CHEF

Vous instruisez
ou entraînez
probablement

de jeunes athlètes âgés de six à 21 ans. Cela constitue une lourde tâche, car votre influence rivalise avec celle de leurs amis et même celle de leurs parents. Vos athlètes méritent ce qu'il y a de mieux.

En tant qu'entraîneur, vous avez dû déjà vous poser des questions telles: "Comment puis-je aider mes athlètes à faire de leur mieux?"

"Je sais qu'il y a quelque chose qui pêche dans sa technique, mais je ne peux mettre le doigt dessus." En votre qualité d'entraîneur vous devez connaître les réponses à ces questions.

50

Eh bien, vous pouvez obtenir ces réponses et en apprendre bien d'autres encore grâce au Programme national de certification des entraîneurs (PNCE).

Le PNCE est le programme de "l'entraînement de l'entraîneur". Il s'agit d'un programme de formation pour entraîneurs de cinquante disciplines sportives et est appliqué dans toutes les parties du Canada.

Il vise à rendre la tâche de l'entraîneur plus gratifiante car — plus vous retirerez de l'entraînement, plus vos athlètes profiteront de la pratique de leur sport.

Des stages pour entraîneurs se sont développés dans le passé à différents



CARON
TØ30
— 2001

niveaux. Beaucoup d'entre eux manquaient de coordination nationale et contribuaient par là à l'isolement régional tout en se fermant à l'expérience et la compétence collective que nous avons acquis comme nation.

En 1972, le Conseil interprovincial du sport et de la récréation a commencé à élaborer un modèle de programme de formation des entraîneurs bilingue national. Le nouvel élément qu'il voulait introduire, soit la théorie ou les principes de l'entraînement, n'avait jamais vraiment fait partie auparavant des stages pour entraîneurs.



Aucun autre programme national pour entraîneurs n'a accordé à la théorie de l'entraînement une aussi grande importance. Aussi suffit-elle pour justifier l'établissement de toute une série de cours sur le sujet.

Pendant ce temps, par l'entremise de l'Association canadienne des entraîneurs, les associations sportives nationales et provinciales/territoriales se sont réunies pour mettre leurs talents en commun en vue d'élaborer des cours d'entraînement technique pour chacun de leurs sports et d'établir des lignes directrices et des normes de base pour former des entraîneurs.

L'ensemble de ces cours forme un modèle à cinq niveaux. Les trois premiers niveaux se

décomposent en trois parties chacun: la théorie de l'entraînement, la technique et la pratique.

Le quatrième niveau, qui porte sur la formation d'entraîneurs pour les athlètes participant aux compétitions nationales, réunit des principes théoriques et des éléments techniques plus complexes.



Plus vous êtes efficace, plus les athlètes le seront.

Cela vaut aussi pour le niveau Cinq qui s'adresse aux entraîneurs pour athlètes de niveau international.

La partie théorique du

programme traite de sujets tels le leadership, la motivation, la nutrition et la condition physique. Dans beaucoup de situations, elle offre aussi aux entraîneurs de différents sports l'occasion de se réunir pour discuter de leurs besoins communs.

La section technique complète la théorie et enseigne des méthodes reconnues et véritablement efficaces et dynamiques en matière de formation des entraîneurs. Il se peut que vous ayez pratiqué pendant des



LE MODÈLE

| | THÉORIE | TECHNIQUE (environ) | PRATIQUE CERT. (environ) | |
|--------------------------|---------|------------------------|-----------------------------|---|
| Niveau I | 14h. | 14h. | 1 an | C |
| Niveau II | 21h. | 21h. | 3 ans | C |
| Niveau III | 30h. | 25h. | 5 ans | C |
| Niveau IV (national) | | | | |
| Niveau V (international) | | | | |

années le sport où vous êtes maintenant entraîneur, mais participer tout en connaissant à fond tous les aspects n'est pas du tout la même chose que d'être entraîneur. Le programme technique applique donc aussi les principes acquis dans les cours théoriques du sport auquel vous vous adonnez.

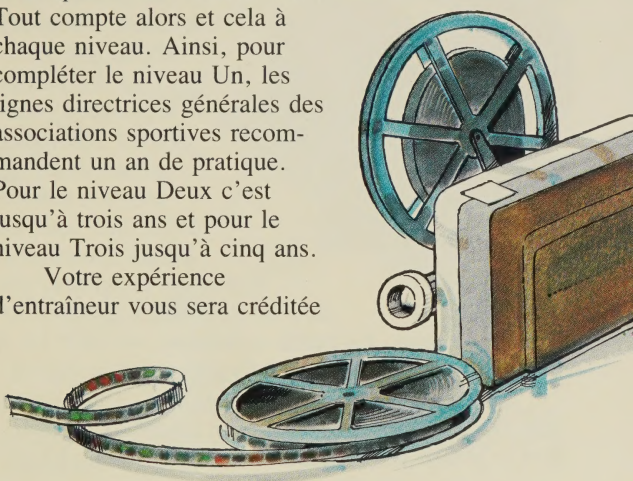
Vous constaterez que les parties théorique et technique sont assez stimulantes et distrayantes car on y a recours à des films et des diapositives, des discussions de groupe, des démonstrations sur le terrain et qu'on y encourage l'échange d'idées. Imaginez les idées

et les idéaux que vous avez nourris comme entraîneur prendre soudainement forme et que vous êtes au beau milieu de tout cela en train de participer activement à leur mise en oeuvre!

Vient alors la partie pratique soit, l'application de l'enseignement théorique et technique à une situation réelle.

Tout compte alors et cela à chaque niveau. Ainsi, pour compléter le niveau Un, les lignes directrices générales des associations sportives recommandent un an de pratique. Pour le niveau Deux c'est jusqu'à trois ans et pour le niveau Trois jusqu'à cinq ans.

Votre expérience d'entraîneur vous sera créditée



pour la partie pratique, si bien que vous y aurez l'occasion d'essayer tout ce que vous avez appris. Quant aux instructeurs du programme, ils auront l'opportunité de vous observer à la tâche.

Quand vous terminez avec succès les cours théorique, technique et pratique d'un niveau donné, vous obtenez officiellement la certification à ce niveau.

Pour vous inscrire au PNCE, vous devez être âgé d'au moins seize ans et, naturellement, être passionné par la fonction d'entraîneur.

Ce qui suit vous donnera une idée du coût du programme.

Par exemple, la théorie de niveau Un peut vous coûter



Votre influence sur les jeunes rivalise avec celle de leurs amis et de leurs parents.

jusqu'à 10 dollars. Ce montant couvre 14 heures d'enseignement, divisées peut-être en une ou deux séances de deux heures chacune par semaine.

La théorie de niveau Deux peut vous coûter jusqu'à 20 dollars et couvrir un peu plus de 21

heures. La théorie

de niveau Trois demande 30 heures d'enseignement.

Pour les parties techniques, vous pouvez escompter passer autant de temps à chaque niveau que pour les parties théoriques.

Les cours techniques ont lieu habituellement pendant les fins de semaine. La partie technique, niveaux Un à Trois coûte entre 10 dollars et 60 dollars, selon le sport.

En fait, ces cours ne représentent qu'un minuscule investissement en temps et en argent si l'on considère le plaisir immense que vous aurez ensuite à exercer votre fonction d'entraîneur.

Une fois inscrit au programme, vous ne



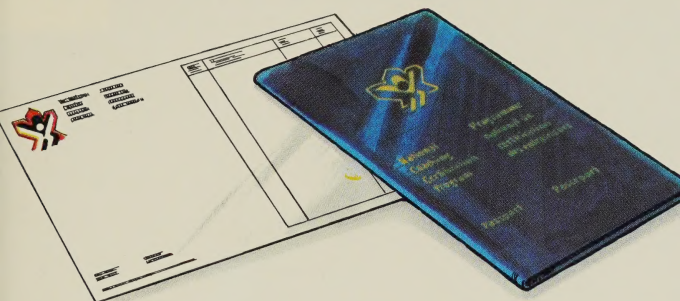
UN MINUSCULE INVESTISSEMENT

devenez pas un simple numéro sur une carte. En fait, votre inscription entre dans la mémoire d'un ordinateur central à Ottawa et tous vos progrès y seront officiellement enregistrés. Pour faciliter l'administration et en assurer l'exactitude, et vous permettre de tenir un registre de vos résultats, vous recevrez une carte informatisée et à jour chaque fois que vous aurez suivi un cours.




Une fois accrédité à un niveau donné, on vous enverra un passeport officiel valide partout au Canada.

Que vous soyez entraîneur depuis longtemps ou que vous songiez seulement à le devenir notre programme peut vous apporter quelque chose. De nouvelles connaissances et de nouvelles techniques voient constamment le jour et il est important pour vous de les maîtriser.



Pour vous inscrire au Programme national de certification des entraîneurs dans votre région, téléphonez ou écrivez au représentant dont le nom figure sur la couverture arrière.



Le Programme national de certification des entraîneurs est élaboré et mis en oeuvre par la conjugaison des efforts des gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux, des organismes nationaux, provinciaux et territoriaux directeurs des sports, ainsi que de l'Association canadienne des entraîneurs.

**Le PNCE offre des cours
théorique, technique et pratique
comportant 5 niveaux.**



Pour de plus amples renseignements:

Communiquez avec la Coordonnatrice du
perfectionnement des entraîneurs

Direction des sports et de condition physique

Ministère du Tourisme et des Loisirs

77 ouest, rue Bloor, 8^e étage

Toronto, Ontario M7A 2R9

Téléphone: (416) 965-6311

